

## **Título: Medicina y ciencias del deporte y actividad física.**

Autor: Armando Enrique Pancorbo Sandoval

Edita: Editorial Ergon, Madrid.

Año de edición: 2008

ISBN: 978-84-8473-684-4

**Contacto:** armandopancor@yahoo.com

Este libro, con un total de veinticuatro capítulos y 672 páginas, recorre un amplio abanico de la medicina y las ciencias del deporte y la actividad física, que van, desde la prescripción de la actividad física de forma individualizada dirigida a la prevención y tratamiento de enfermedades degenerativas crónicas en la población como la obesidad, el síndrome metabólico, la diabetes, la cardiopatía isquémica así como sobre el adulto mayor; hasta aspectos especializados de la medicina del deporte en la alta competición que abarca aspectos como: la valoración funcional del atleta; la orientación de sistemas de nutrición e hidratación, las bases fisiológicas y energéticas de integración y adaptación del entrenamiento, la detección y desarrollo de talentos, la mujer y el deporte élite, la valoración del futbolista, la estrategia y la adaptación al entrenamiento en la altura media, así como situaciones especiales como el desfase de horario, jet lag y cambio climático, el diagnóstico preventivo de la fatiga residual acumulada y el sobreentrenamiento deportivo, con la inclusión también de valiosas temáticas relacionadas con la traumatología deportiva, el control del dopaje, la formación curricular del médico del deporte y su relación con el movimiento olímpico. El autor describe en el texto un nuevo diagnóstico: la fatiga subaguda severa por pérdida de peso corporal en corto plazo en disciplinas que compiten por categorías de peso. Va dirigido principalmente a médicos del deporte especialistas y residentes, y a otras especialidades médicas sobre todo en la de atención primaria de salud; así como para licenciados de ciencias de la actividad física y deporte, entrenadores, preparadores físicos, fisioterapeutas, psicólogos, nutricionistas, biólogos, entre otros. Es un libro de consulta para profesores, graduados y estudiantes universitarios, que invita a la importancia del trabajo interdisciplinario de diferentes profesionales de la salud y del deporte, tanto en el deporte de alta competición como en los programas de salud dirigido a la población.

A continuación le presentamos el índice del libro.

### **Medicina y Ciencias del Deporte y Actividad Física**

- Capítulo 1. Metabolismo y el Suministro de Energía durante el Ejercicio. Fisiología del Músculo.
- Capítulo 2. Bases Fisiológicas del Ejercicio. Mecanismos de Integración y de Adaptación.
- Capítulo 3. Estrés Oxidativo Metabólico y Enfermedades Degenerativas Crónicas. Una propuesta de Intervención de Salud.
- Capítulo 4. Medicina del Ejercicio y Salud: prescripción de actividad física para diferentes grupos poblacionales.
- Capítulo 5. Nutrición y Ejercicio base del rendimiento humano y de la salud. Prevención y tratamiento del Síndrome Metabólico y de la Obesidad.

- Capítulo 6. Diagnóstico preventivo de la Cardiopatía Isquémica silente y de los factores de riesgo coronarios. Prevención primaria, secundaria-rehabilitación cardiovascular.
- Capítulo 7. Diabetes Mellitus. Actividad física y nutrición: una estrategia para el control de la enfermedad, longevidad y la calidad de vida.
- Capítulo 8. Envejecimiento: adulto mayor y mujer climatérica. Una propuesta de estilo de vida saludable desde la niñez
- Capítulo 9. Fundamentos de la Metodología de Entrenamiento en el deporte de competición.
- Capítulo 10. Capacidades Funcionales Motoras y Habilidades Deportivas.
- Capítulo 11. Metodología para el desarrollo de la capacidad Fuerza en el deporte de competición.
- Capítulo 12. Metodología para el desarrollo de la capacidad Resistencia en el deporte de competición
- Capítulo 13. Valoración Funcional del Deportista y la Salud. Control médico – biológico del entrenamiento. Individualización del entrenamiento.
- Capítulo 14. Cineantropometría del Deporte y su importancia en la Alta Competición
- Capítulo 15. Nutrición y deporte de competición. Programas saludables para el aumento y disminución de peso corporal.
- Capítulo 16. Detección de Talentos Deportivos. Desarrollo y conducción al alto nivel. Consideraciones sobre el entrenamiento deportivo en niños y adolescentes. Importancia de la pirámide deportiva del alto rendimiento. Experiencia cubana
- Capítulo 17. Mujer en el Deporte de Alto Rendimiento.
- Capítulo 18. Fútbol y control médico del entrenamiento. Valoración funcional, desarrollo de las capacidades funcionales y rendimiento deportivo.
- Capítulo 19. Entrenamiento en la Altura Media y otras situaciones especiales del medio ambiente. Adaptación. Estrategia a cumplir. Planificación y control del entrenamiento
- Capítulo 20. Diagnóstico preventivo de la Fatiga residual crónica y del Síndrome del Sobreentrenamiento Deportivo. Una nueva definición: Fatiga subaguda severa. Mecanismos de Recuperación Biológica.
- Capítulo 21. Algunas reflexiones sobre Traumatología del Deporte, la Rehabilitación y la Prevención de Lesiones Músculos Esqueléticas.
- Capítulo 22. Algunas consideraciones sobre el Dopaje.
- Capítulo 23. La Medicina del Deporte y el Movimiento Olímpico.
- Capítulo 24. Formación curricular y áreas de actuación de la Medicina del Deporte. Perspectivas para el siglo XXI.